

Rapport Auto-Apprentissage

Agir dans l'auto-apprentissage

Avant :

- Cours collectif (à l'école, dans des stages à l'étranger, ...)
- Auto-apprentissage en informatique par exemple
- Films, séries, ...

Cette année :

- Tests de diverses ressources
→ difficile de correspondre à tous les deux
- Apprendre l'anglais grâce à des jeux → création de la balle
- Test de la balle à la fin de l'année sur d'autres matières

Dans le futur :

- Croire en mes capacités de faire de l'anglais autrement
- S'auto-évaluer plus facilement

Agir dans l'auto-apprentissage

Développer la confiance en moi

- Tester notre balle avec d'autres binômes
 - peur de prendre le risque d'organiser une séance de révision
 - peur qu'il n'y ait personne
- Tester notre balle lors d'un cours pour expérimenter de nouvelles méthodes d'apprentissage
 - aucune crainte
 - rapide envie de concrétiser ces tests

Conclusion : « L'obligation » formalisée par un professeur désinhibe ma peur

Penser dans l'auto-apprentissage

Impossibilité de l'échec

Nécessité de reformuler pour pouvoir se libérer

« Sois parfaite » → « Sois réaliste »

« Fais moi plaisir » → « Fais toi plaisir »

Messages contraignant s
« *Sois parfaite* » et « *Fais moi plaisir* »
au centre de ma démarche d'auto-
apprentissage

Volonté d'avoir des
résultats immédiatement,
impatience certaine

Pression intérieure pour
satisfaire tout le monde :
mon binôme, le professeur,
... mais pas forcément moi

Etre dans l'auto-apprentissage

Faire des
activités qui
me plaisent

Activités liées
à mes hobbies

Envie de
progresser pour
avoir le meilleur
anglais possible

Motivation
augmentée par la
pression et l'attente
de perfection

Pression
individuelle

Pression des
autres
ressentie alors
qu'elle n'existe
pas forcément

Motivation



Etre dans l'auto-apprentissage

Mémorisation

Découverte des
mécanismes de
mémorisation

Compréhension
de l'impossibilité
d'apprendre
instantanément

Travail sur la
mémorisation en
binôme

Nécessité de la
répétition dans
le temps pour
que je retienne

Besoin de
différentes façons
de mémoriser (ex :
post-it, exercice
sur les mots, ...)

Remise en cause des
listes pour apprendre
le vocabulaire alors
que je ne l'avais
jamais fait avant

Confirmation que j'ai
une mémoire plutôt
visuelle grâce à
l'utilisation de post-it



Etre dans l'auto-apprentissage

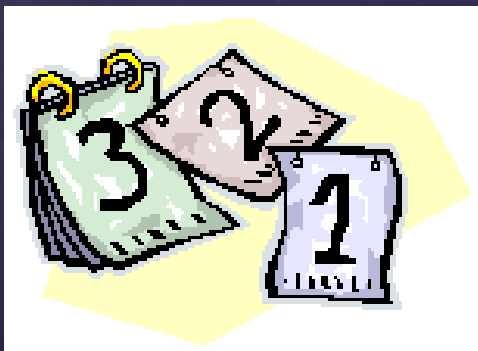
Cette année, pas de
planification à long terme
des séances

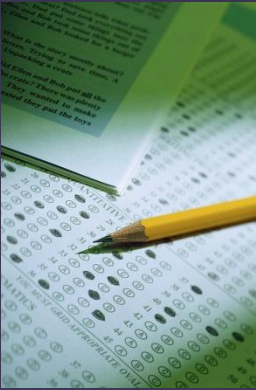
Pas nécessairement de
motivation lors de toutes
les séances

Besoin d'avoir un
cadre précis pour me
rassurer

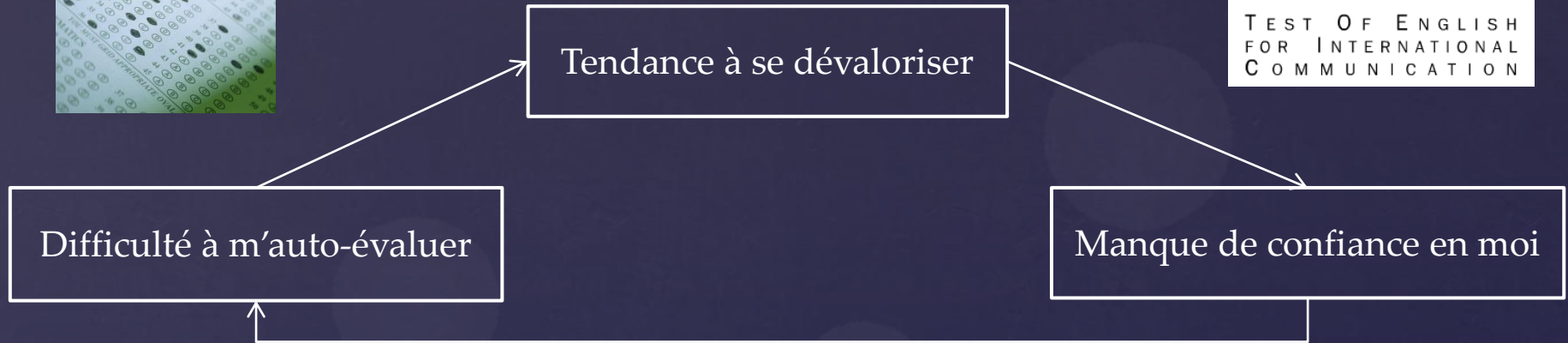
Pas d'organisation précise
qui pouvait impliquer
une angoisse

**Nécessité de
planification**

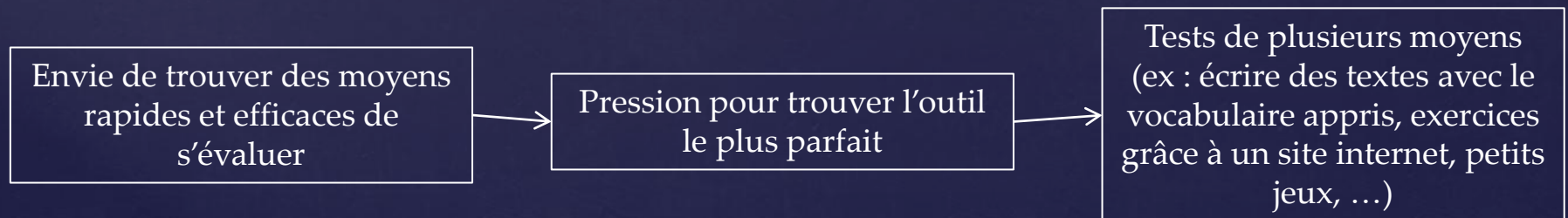




Etre dans l'auto-apprentissage



L'auto-évaluation



Conclusion



- Légère augmentation de mon score TOEIC
- Découverte très positive de l'auto-apprentissage
- Remise en question de mes méthodes d'apprentissage
- Travail de mon développement personnel

Et après ?

- Nécessité de continuer le travail sur moi-même
- Réussir à réellement s'auto-évaluer